

경호원의 심리요인이 임무수행에 미치는 영향

송상욱(포항대학 경찰경호행정과 교수)
노정구(포항대학 경찰경호행정과 교수)

Against the Effect of Performance Duty Practicing in Psychological Fac- tors of Security Guard

Song, Sang wook
Roh, Jung gu

Abstract

Bodyguards always perform their duty with psychological burdens in their mind, not only because security situations are developed in various forms dependent on the surrounding environments or circumstances, but because bodyguards only take follow-up actions while the criminal decides time, place, and style of every attack.

Thus, in the security situation, it is not uncommon for bodyguards to experience muscle rigidity, uncontrollable emotional elevation, difficulty in concentration, negative perception, frustration and enervation, which are caused by continuous physical/mental burdens, stimulations by various interpersonal behaviors or minute environmental stimulants.

In conclusion, the result of performing security duties is related in the first place with the degree of the bodyguard's potential, in the second place with the degree of training and efficiency. And the result can also be changed by the way they control their negative psychological state of the moment when they carry out the skills they acquired. Maximizing the performance of the bodyguards by helping them overcome these psychological factors may be facilitated by detecting their psychological factors, understanding the causes, and training them in applying appropriate measures for overcoming these factors.

When these measures are applied, the positive perception is indispensable that duties of protecting clients can be carried out successfully. No single measure can be declared to be more effective than the other because the effect of each measure is expressed differently by the individual characteristics of the bodyguards. However, it is important to select and apply the measures most appropriate to the bodyguard. Besides, they should devote themselves to the training with persistence because efficient implement of the measures for overcoming psychological factors takes a lot of time.

[Key Words: Bodyguard, Psychological factors, Personality, Conflict, Anxiety, Motivation, Stress]

I. 서론

경호원이 수행하여야 할 사회적인 역할은 개인 및 단체뿐만 아니라 국가의 안위에 이르기까지 매우 광범위하다. 이러한 역할을 담당하는 경호원 개개인의 능력은 공경호인 경우 국

가경호관련 기관별 분위기에 따라 다소 상이하지만, 민간경호의 경우에는 급여의 수준이 능력이라고 볼 수 있다(김두현, 2008).

경호원들은 직업적으로 전문적인 사명감으로 정상적인 업무활동 이외에도 많은 다양한 일들을 수행해 줄 것을 요구받고 있다. 경호원은 최고수준의 도덕적 원칙에 입각하여 정직과 완전무결함으로 자신의 행동을 통제해야 하며 고용인 및 민간경호회사에 신뢰를 줄 수 있는 자세로 임무를 수행해야 한다(송상욱, 2006).

이처럼 경호원에게 요구되는 자질과 능력은 높은 편이지만 정작 중요한 것은 경호원자신에 대한 이성적 판단과 관리의 작용이라고 할 수 있다. 경호의 궁극적인 목적은 경호대상자 또는 의뢰인의 생명과 재산을 안전하게 지키고 보호하기에 이러한 과제를 수행하기 위하여 끊임없는 심리적 요인의 작용은 일어나고 있다고 사료된다.

이러한 경호업무수행시 경호원이 자신이 지니고 있는 능력을 충분히 발휘 할 수 없게 하는 요인 중 성격, 갈등, 동기, 불안, 스트레스 등 다섯 가지의 심리요인이라고 볼 수 있다. 경호상황에서는 다른 활동형태와는 달리 업무를 수행함에 있어 지속적인 신체적, 정신적 부담이나 다양한 대인행동의 자극 및 미세한 환경적인 자극으로 말미암아 근육이 경직되거나, 감정이 고조되어 조절이 곤란해지고, 주의집중의 곤란, 부정적 사고, 좌절감과 무기력감 등을 가져와 경호원이 임무를 수행함에 직·간접적인 영향을 미쳐 효율적인 업무수행에 커다란 문제점으로 나타날 수 있다(송상욱, 2002).

그래서 본 연구자는 경호원 개인이 가지는 성격, 갈등, 불안, 동기, 스트레스 등의 심리요인이 경호업무라는 특수한 임무수행에 어떠한 영향을 미치는가를 연구하여 경호원들의 심리요인을 파악하고 분석한 후 이들 요인에 대한 극복방안을 제시하고자한다. 아울러 경호원들이 경호임무를 수행함에 있어 업무의 효율성 극대화과 경호의 기본인 경호대상자의 생명과 재산보호의 목적 달성을 한층 더 향상시키고자 하는데 본 연구의 목적이 있다.

본 논문의 연구내용은 경호원들의 심리요인에 대한 개념을 정립하고, 급변하고 있는 경호상황에서 경호원들에게 요구되는 심리요인이 경호임무에 얼마나 많은 영향을 미치는지를 살펴본다. 아울러 다섯 가지의 심리요인의 그 주된 원인이 어디에 있으며 그 요인들을 극복하는데 중점을 두었다.

II. 경호원의 심리요인 영향과 임무수행과의 관계

1. 심리요인이 미치는 영향

1) 심리요인의 발생 원인

경호원들이 경호임무 중에 발생하고 있는 심리요인은 경호임무수행 경험이 적을수록, 낮은 경호행사장일수록 더욱 고조된 심리요인을 느끼게 되며, 경호원들이 경호임무수행 결과

에 대해 너무 집착하여 각성수준이 너무 높게 되면 심한 심리요인을 느끼게 되어 심리·생리·생화학적으로도 불필요한 반응을 경험하게 된다(이상철, 2003).

특히, 경호임무수행시 경호원이 자신이 지니고 있는 능력을 충분히 발휘 할 수 없게 하는 심리요인은 불안, 스트레스 등 여러 가지가 있다. 이러한 영향으로 경호상황에서는 다른 활동형태와는 달리 업무를 수행함에 있어 계속적인 신체적, 정신적 부담이나 다양한 대인행동의 자극 및 미세한 환경적 자극으로 말미암아 근육이 경직되거나, 감정이 고조되어 조절이 곤란해지고, 주의집중의 곤란, 부정적 사고, 좌절감과 무기력감 등이 심리요인의 발생 주원인이라고 볼 수 있다.

그리고 평소에 경호대상자와의 경호임무 대한 갈등과 직업의 위험성, 직업의 장래성, 급여 등에 대한 고민, 사생활 등에 의해서도 나타난다.

2) 심리요인이 경호원에게 미치는 영향

경호원이 경호임무수행의 극대화를 이루기 위해서는 좋은 신체조건과 경호기법 그리고 경호장비 외에 경호원 자신의 최상의 심리적인 상태라 할 수 있다. 실제로 경호임무수행 능력이 뛰어난 경호원 중에서도 평소 연습 때에는 뛰어난 경호임무수행 능력을 발휘하다가도 중요한 경호상황에서는 자신의 임무수행 능력을 충분히 발휘하지 못하는 경호원이 많다. 이것은 바로 경호원의 신체적인 임무수행 외에 심리적 상태가 경호임무수행에 중요한 영향을 미치고 있음을 나타낸다.

경호임무수행은 우발상황에 가장 직접적으로 연관이 있는 경우라 경호원이 임무수행에 임하게 되면 긴장된 여러 가지의 심리적 문제점을 보이게 된다. 일반적으로 경호임무수행 직전이나 임무수행 중에 느끼는 감정은 각성상태와 부적절, 효율적인 경호임무수행에 방해되는 불필요하거나 부적절한 생각, 주의 산만 그리고 의기소침하고 자신감이 결여되는 현상이다. 이와 같은 경호상황에서의 각종 심리적인 상태는 경호임무수행 결과에 직접적으로 영향을 미치게 되는 부수적인 현상을 동반한다.

즉 경호상황 하에서의 경호원들은 평상시와 비교해서 생리적, 심리적, 행동적으로 다른 특징을 보이게 되는데, 이를테면 소변을 자주 보게 되고, 손과 발에 경련이 일어나거나 또는, 식은땀이 나거나 정신이 멍해지기도 하며, 심장이 더욱 심하게 뛰고, 근육이 경직되어지며 안절부절 하게 된다(Aggression in the Sports World, 2008). 이러한 부수적 현상은 대부분 경호임무수행에 부정적인 영향을 미치게 된다.

따라서 경호원이 경호임무수행의 극대화를 위해서는 경호상황 하에서 경호원과 경호팀장의 마음 또는 생각을 어떻게 적절한 상태로 유지하고 조절하느냐 하는데 있다. 이와 같은 관점에서 몇몇 나라에서는 경호임무수행능력의 극대화를 위한 유형의 심리적기법을 개발, 적용하여 심리적 한계를 극복하려는 노력을 계속하고 있다.

이와 같이 경호임무수행 능력에 부정적인 영향을 미치게 되는 각종 심리적인 문제는 결국, 경호원 자신의 의지상태와 정서상태 그리고 경호상황과 관련된 생각들이며, 이는 다시

경호임무수행에 직접적으로 관련된 생각과 불필요하고 부적절한 생각 또는 자신과 관련된 생각으로 요약될 수 있다. 중요한 것은 이와 같이 경호임무수행으로 인하여 느끼는 심리적 문제가 평소에 수련한 경호기법과 최상의 경호임무수행 능력을 발휘하는데 저해 요인이 되며, 이는 궁극적으로 다른 외적인 조건 그 자체가 아니라 각종 불필요하고 부적절한 생각을 갖는 경호원 자신이 바로 문제가 되는 것이다.

2. 심리요인과 경호임무수행과의 관계

1) 성격과 경호임무수행과의 관계

성격(Personality)이란, 수많은 성격 이론가들은 성격을 정의하고 있는데, 그 정의를 종합해 보면 개인의 특징, 유일성, 독특성을 강조하고 있고, 동시에 일관성, 지속성이 있는 공통성을 강조하고 있다(박정근, 1996). 그리고 성격을 인간의 경험을 조직하고 환경에 대한 인간의 활동과 반응을 형성하는 합축성 있고 비교적 안정된 심리적 구조와 과정으로 정의하고 있다(Lazarus & Monat, 1979). 이 정의는 두 가지 측면의 성격 개념을 포함하고 있다. 한 측면은 성격이 시간과 상황에 걸쳐 지속된다는 것이다. 같은 임무나 같은 특성을 가진 비슷한 임무를 하는 경호원이라 할지라도 임무 수행 능력이 높은 경호원은 그렇지 못한 경호원에 비하여 다른 성격의 특성을 가지고 있는가 라는 의문이 생기는데 이 의문에 대해서는 사람들이 흥미를 가지고 연구를 거듭하여 왔다(Folkman., 1984).

여러 연구 중에서 성공적으로 임무 수행이 높은 경호원과 그렇지 못한 경호원의 성격 특성을 밝혀 낼 수 있었던 방법으로는 Morgan의 정신 건강 모형(The Mental Health Model)과 빙산형 프로 파일(Iceberg Profile)이다. Morgan의 정신 건강 모형이란 성격 측정 질문지들이 다루고 있는 성격기본속성 중에서 10항목을 택하여 임무수행 능력이 높은 경호원과 그렇지 못한 경호원의 점수를 대조시키면서 서로 대칭이 되는 즉 뚜렷하게 반대의 경향을 띄는 것을 발견하게 되는 것을 말한다. 다시 말해 불안, 긴장, 우울, 분노, 피로, 혼란, 노이로제 증상 등의 속성에서는 경호임무수행 능력이 높은 경호원이 그렇지 못한 경호원에 비하여 낮은데 활동성이나 외향성 등에서는 반대로 높은 경향을 보이는 것이다(신동성 외 7인, 1988). 성별과 성격과의 관계에서 현재까지 밝혀진 바로는 어느 정도의 수준에 이르지 못한 여자경호원에게서 뚜렷한 성격 특성의 차이를 발견하지 못했다. 경호임무수행 능력이 높은 여자경호원은 수행 능력이 높아질수록 일반적인 남자경호원의 성격 특성을 닮아 가는 것으로 밝혀지고 있다.

2) 갈등과 경호임무수행과의 관계

갈등(Conflict)이란, 인간이 집단을 이루어 생활하기 시작하면서 갈등은 필연적으로 발생하게 되었다. 갈등은 심리적인 괴로움에서 출발하는 것이 아니라 서로간의 생각, 태도, 느낌, 행위에 차이가 있음을 인식 할 때 즉 차이의 지각에서부터 시작한다. 갈등이 지각될 때 실

제로 문제가 되며, 실질적 갈등이라고 하더라도 지각되지 않으면 문제가 되지 않으며 이를 종합해 보면 갈등이란 인간 상호작용 과정 중에 발생하며, 문제 해결의 출발점이며, 당사자에 의해 지각되어야 한다는 것을 알 수 있다(심창섭, 2009). 아울러 경호원도 집단이나 조직의 구성원으로서 그 집단이나 조직에서 활동할 경우 이러한 갈등은 발생한다.

경호원이 경호임무수행 시 나타날 수 있는 갈등은 여러 가지 있다(하선영, 1998).

먼저, 어떠한 경호방법을 실시하면 좀더 효율적 인지와 경호대상자의 사생활과 비밀 사항을 파악한 후 과연 경호대상자를 위해 열심히 일을 할 수 있을까? 라는 의문이 생기는데 일 예로 부유하고 타락한 경호대상자에 의해서 정기적으로 요구하는 비합법적인 활동을 요구받을 때도 있다.

불법적인 약의 구매나 마약류 등을 구매하거나 또는 그러한 약이나 마약류를 가지고 있는 것, 불특정 물건들의 운반, 매춘부들과의 관계, 사채업자와의 폭력적인 일, 약탈과 갈취 등의 음모에도 관여한다. 위험한 물건으로 때리기도 하고 그리고 사업의 일반적인 위협에 대해서는 타협을 하며 자기 조직에 해가 되는 존재의 제거 등이다.

비록 이것들 중에 어떤 것은 극단적으로 도달되며 경호원에게는 모두 발생한다. 종종 죄를 지은 범인을 체포하기에 자주 그런 결과가 발생한다. 이러한 사항은 법적으로 경호원이 하지 않아도 전혀 문제가 없지만, 그러한 일들을 하지 않으면 경호원은 경호대상자의 눈에 신임을 잃을 것이다. 이러한 현상은 경호원들에게 빈번히 나타나고 있어 경호원은 극심한 갈등을 느낀다(Mark V. Lonsdale, 1995).

3) 불안과 경호임무수행과의 관계

불안(Anxiety)이란 학자에 따라 정의를 달리하고 있지만 일반적으로 억압의 감정을 수반하는 긴장상황이나 동요의 상태를 말하는 것으로 "어떤 상황에 대하여 위협적이거나 압박을 받고 있는 것으로 자각하는 유기체의 경향성"으로 보았으며(Singer, 1999), Davison과 Neal(1994)은 현실적 자아개념과 이상적 자아개념 사이의 갈등으로 인해 불안이 생성된다고 보고 있다.

불안은 어느정도 활성화와 어느정도의 불쾌한 정서상태 양자를 포함하고 있다는 점에서 각성과는 종류가 다르다. 흔히 불안이란 용어는 행동의 강도와 감정 또는 정서의 방향성이 결합된 것으로 설명되면서 불쾌한 주관적 느낌들로 설명되기 때문에 그 방향은 부정적인 것이다(Martens, R., 1997). 불안은 불쾌한 긴장상태를 내포하고 있으므로 유기체는 불안을 느낄 때마다 그런 상태에서 벗어나려고 노력하게 되는데 심리학자들은 이러한 불안을 특성불안과 상태불안으로 구분하고 있다. 특성불안은 개인이 선천적으로 타고난 성격적 특성으로서 보다 많이 또는 보다 적게 불안을 느끼는 일반적 경향을 말한다. 즉 특성불안은 어떠한 특수한 상황을 위협적인 것으로 지각하고 그에 따라 여러정도의 상태불안으로 반응하는 성향이며, 동인이며, 습득된 행동성향이다(Spielberger, C.D., 1992).

경호상황에서의 불안의 근원적 원인은 규칙 및 규정된 기준 상황에서 경호대상자를,

보호하는 특성을 동반하는데서 오는 심리적 압박에서 온다고 볼 수 있는데 이는 어떠한 불확실한 상황이나 악조건에서도 경호대상자를 완벽하게 보호해야 한다는 부담감을 떨쳐버릴 수 없기 때문이다.

그러나 이러한 경호불안도 어느 정도의 정서적 흥분을 동반하면 바람직한 적응현상으로 나타나 업무수행에 유의한 효과가 나타나지만(Sonstroerm,R.J., 1994) 일반적으로 고조된 불안은 업무수행에 유해한 결과를 초래하는것이 지배적이다(Cratty,B.J., 1993).

경호원들이 불안이나 불쾌감의 지배를 받은 상태에서 개인은 열등하다는 암시를 은근히 받아들이게 되어 경호임무의 저조와 실패를 자인하는 결과를 가져온다. 경호원이 특히 불안감을 갖게 되는 원인을 보면 인적취약요소에 대한 과잉 의식을 하거나, 경호원 자신이 가진 실력 이상의 결과를 기대하는 경우이거나, 주위의 기대에 대한 중압감을 느끼기 때문이라 본다. 이러한 원인에 의하여 경호임무수행 전에 불안감에 쌓이게 되면 위에 이상한 느낌을 주던가 혹은 목이 마르거나 소름이 끼치는 느낌을 주며 방광을 자극하는 느낌을 받아 소변을 본다던가 하체가 떨리고 몹시 말이 많아진다(정청희, 2009).

불안에 대한 반응의 정도는 개개인의 평소의 불안 상태에 따라 많이 차이가 있다. 경호원 중 특히 경험이 없는 자가 불안의 영향을 많이 나타낸다. 이때 불안을 많이 느끼는 경호원은 자신의 다른 동료에게 전가시키는 경우가 많고, 다른 경호원들도 동료가 불안하다는 것을 알면 같이 불안해질 가능성이 있으므로 같은 임무를 수행하는 동료나 팀리더는 유의해야 한다.

4) 동기와 경호임무수행과의 관계

동기(Motivation)란 여러 가지 측면에서 정의되고 있으나 일반적으로 그 용어를 행동의 강도(intensity)와 방향(direction)으로 표현하고 있다. 행동의 방향이란 개인이 특별한 상황에 접근하거나 그것으로부터 피하는 것을 말하며, 행동의 강도란 개인이 그 행동을 완수하기 위해 기울이는 노력의 정도를 말한다.

따라서 동기는 개인의 행동선택, 강도 및 지속성에 영향을 미칠 수 있다. 이로부터 동기가 경호원들의 경호임무의 질적인 측면에도 영향을 미친다는 것은 분명해진다. 가끔은 훌륭한 경호팀장이 되기 위해서는 어떤 강력한 동기가 있어야 한다고 한다.

일반적인 동기와의 관계를 보았을 때, 경호조직 내 한 유능한 경호원이 어떤 특별한 기법을 배우고자 하는데 경호팀장이 그러한 욕구를 충족시켜 주지 못할 경우 그 경호원은 그 조직을 떠나 다른 경호팀으로 이적할 수 있다. 한 경호원의 동기수준은 그의 성격, 욕구, 흥미 및 노력 등과 같은 개인적 요인들과 시설, 팀의 분위기(경호팀장의 유형, 같은팀 동료의 지도 등) 및 경호팀의 경호임무수행 성공률 등과 같은 특별한 상황적 요인들의 상호작용에 의해 결정된다(안근석 외 1명, 1996).

내적동기와의 관계를 보았을 때, 내적으로 동기화 된 행동이란 자신의 환경을 스스로 결

정하는 자결성과 유능성을 느끼려는 경호원의 욕구에 의해 동기화 되는 것이다. 아울러 보상이든 의사소통이든 간에 모든 상황은 두 가지 기능적 측면인 통제적 측면(controlling aspect)과 정보적 측면(information aspect)을 갖는다.

경호원에게 부여된 긍정적 보상(칭찬, 포상)이 유능한 정보의 역할을 하면 그 경호원은 내적 동기가 증가하지만, 부정적 보상(꾸중, 벌)이 그의 무능성에 관련된다면 앞으로 경호임무 수행 참여하려는 내적 동기는 감소된다는 것이다(박정근, 1996).

5) 스트레스와 경호임무수행과의 관계

스트레스(Stress)의 어원은 라틴어의 Stringere와 strictus에서 유래되었다(J.M.Ivancevich and M.T.Matteson, 1990). 18세기에 들어서면서 물리학과 공학에서 부하, 긴장 및 스트레스라는 개념으로 사용되기 시작하였다. 스트레스가 의학에서 사용되기 시작한 것은 19세기 후반이었으며, 이곳에서도 역시 신체에 가해지는 외적 힘을 의미하였다(성균관대학교 산업심리학과, 1995). 초기의 스트레스에 대한 연구가 외적인 스트레스의 자극에 대하여 신체에 질병을 초래하게 되는 과정에서부터 단지 그것이 신체상의 문제뿐만 아니라 인간의 심리적인 측면에서부터 오게 되는 요인의 중요성을 강조하게 되었다.

스트레스는 그 근원에 따라 크게 생활 스트레스와 직무 스트레스로 나뉜다. 가정에서 자녀문제, 경제적인 문제 등으로부터 야기되는 스트레스를 전자이고, 직장에서 상사로부터, 동료로부터, 하급자로부터 또는 직무수행과 관련하여 받게 되는 스트레스를 직무스트레스라고 한다. 조직내 직무와 관련된 스트레스의 결과 구성원의 성과저하 및 이직율, 결근율 등의 증가가 눈에 띄게 늘어나고 나아가서는 기업의 재정적, 보상적 측면에 까지 영향을 미치어 결국 조직몰입과 직무만족을 감소시키는 요인으로 밝혀지고 있다. 직무스트레스는 조직이 개인의 동기나 능력에 맞는 직무환경을 제공하지 못하거나 개인의 능력이 직무환경을 감당하기 어려울 때 발생한다. 특히, 여러 가지 악조건에서 임무를 수행하는 경호원들의 스트레스에 대한 어려움의 호소 강도는 상당히 강하다고 볼 수 있다(Aggression in the Sports World, 2008).

경호원이 임무를 수행하는 중 신체가 어떤 변화에 직면하였을 때 호흡 횟수가 증가, 혈압 상승, 동공 팽창, 근육 수축 등의 육체적 현상이 나타나고 근심, 걱정, 불안으로 발전하더라도 더 이상의 자극이 지속되지 않으면 원상회복할 수 있는 복원력이 작용하게 되나 방어적 적응을 할 수 없는 단계까지 자극이 지속되면 원상 상태로 복원시킬 수 있는 자원이 고갈되어 질병에 빠지게 된다고 보았다. 따라서 스트레스는 경호임무수행에 미치는 영향은 상당히 크다고 볼 수 있다(이미숙, 1998).

III. 경호원의 심리요인 극복 방안

앞에서 살펴본바와 같이 경호원이 임무를 수행함에 있어 가지는 심리적 요인이 다섯 가지가 도출이 되었다. 이러한 요인들이 경호원의 업무효율성을 떨어Em리고, 결국에 임무의 실패로 다가와 경호원으로서의 생명력에 치명적인 영향을 줄 것이라 사료된다. 따라서 본연구자는 이러한 심리적 요인의 극복을 위한 방안을 크게 여섯 가지인 정신훈련 기법과 자기확신훈련 기법, 이완 기법과 주의집중 기법, 자신감증진 기법과 불안조절 기법을 제시하여 경호원의 임무수행의 극대화를 기하고자한다.

1. 정신훈련과 자기확신훈련 기법

첫째, 정신훈련 기법의 적용방법이다.

심리적 시연기법으로 불리기도 하는 상상기법은 어떠한 임무나 상황을 순서에 따라 체계적으로 시연해 나가는 사고의 전 과정으로서 경호기법습득 및 경호임무수행능력 향상을 기하고 경호원들로 하여금 신체적, 정신적으로 경호임무수행에 대한 준비상태를 갖추게 하여 여러 가지 심리 요인 중 특히 불안을 해소시켜 경호임무의 전 과정 또는 세부사항에 대한 주의 집중력을 높여 준다(전매회, 1991).

경호임무를 수행하기 위해 행사장으로 가는 자신의 모습을 떠올린다. 이 때 주위의 군중, 경호대상자와 행사장을 선명하게 떠올리되 행사장의 규모는 실제규모 그대로, 자신의 몸은 조금 크게, 군중이나 위해자의 체격은 조금 작게 떠올림과 동시에 위해자는 총이나 칼을 들고 있지만 뭔가 불안한 기색이 있는 모습을 그린다. 그리고 우발상황 대처 연습하는 장면을 떠올린다. 이때 경호대상자를 신속히 대피시키고, 위해자를 자신이 의도하는 대로 신속하고 정확하게 위해자를 제압하는 모습을 그리되 우발상황 대응기법에 입각하여 소리와 동작 등도 같이 느끼면 좋다.

이상과 같이 경호상황을 가능하면 여러 형태로 나누어 떠올리되, 자신의 경호임무수행 장면이 항상 성공적으로 끝나는 것으로 그려질 수 있도록 한다.

둘째, 자기확신훈련 기법의 적용이다.

많은 경호원들은 경호임무수행 전 또는 수행 중에 자신감의 결여, 자신의 능력에 대한 의심 등 경호임무수행에 방해가 되는 생각을 하게 되는 경우가 많다. 그러나 그것은 지극히 정상적이고 당연하다고 볼 수 있는데 문제가 되는 것은 경호원의 잠재능력을 최대한 발휘하지 못하게 하는 고질적인 자기의심, 자신감의 결여, 경호임무수행 전의 신경과민, 각종 자신을 나약하게 만드는 생각과 감정이다.

평상시에는 기상직후에는 서서히 잠에서 깨어 천천히 호흡을 깊게, 그리고 팔과 다리를 가장 편하게 취한 후 완전히 잠에서 깨어날 때까지는 “아주 기분좋은 아침이다”, “나는 틀림없이 모든 일을 잘할 수 있다” 등과 같이 긍정적으로 자기진술(self-statements)을 반복한다. 경호기법을 연습하는 중에는 자기 의도대로 잘되지 않을 때는 먼저 잠시 눈을 감고 심호흡을 2~3회 정도 한 후, “나는 해낼 수 있다”, “이러한 실수나 고통은 내가 발전하기 위한 하나의 과정이다”, “내가 배운데로와 연습한데로 하면 된다”, 라는 확인과 함께 마치 좋은 결과가 나온 것처럼 성공적으로 경호임무를 수행하는 장면을 떠올린다(Spielberger,C.D,

1992).

2. 이완기법과 주의집중 기법

첫째, 이완 기법의 적용이다.

경호원들의 긴장감을 해소시키기 위한 목적으로 신체의 신경과 근육을 이완시키기 위해 신체 근육군의 체계적 이완과 긴장을 동시에 하게 하는 방법이다. 이완방법에는 근육의 이완훈련과정 전체에 대한 지시문을 녹음한 테이프를 이용, 주의집중을 하면서 실시하는 방법과 다른 사람이 직접 지시하여 거기에 따라서 행하는 방법, 그리고 훈련과정 전체에 대한 지시문을 목상, 영상화시켜 줌으로서 본인 스스로 근육통제 훈련을 실시하는 방법이 있으나 이 경우는 훈련자의 확신 수준이 높은 경우에 효과가 있다(대한체육회스포츠과학연구소, 1984). 여러 가지 이완 기법이 있지만, 간략형 이완기법의 경우에는 양발을 어깨넓이 정도로 벌리고 서서 눈을 지그시 감은 후 양팔은 허리 뒤로 잡고 가능한 아래로 쪽 뻗어 숨을 깊고 길게 들이마시면서 배는 최대한로 집어넣고 동시에 가슴은 위로 올리며 입은 약간 벌린 상태에서 턱을 가능하면 길게 뒤로 젖힌다. 이런 동작이 거의 동시에 그리고 서서히 이루어지도록 한다. 그리고 들숨을 깊게 하고 동작도 최대치가 된 상태에서 숨을 멈추고 난 다음에는 날숨이 자동적으로 나올 때까지 오로지 긴장상태만을 느껴 본 후 숨을 서서히 내 쉬면서 "이완하라!"라고 스스로 말하고 가장 편안한 자세로 심호흡을 4~5회 실시 한다

둘째, 주의집중 기법의 적용이다.

효과적인 경호임무수행을 위해서는 하나의 목표에 주의를 집중시키는 능력과 집중의 상태를 지속적으로 유지시키는 능력보다 중요한 것은 없을 것이다. 일반적으로 정신집중은 폭과 방향의 두가지 영역으로 구분하는데 정신집중의 폭은 연속체에서 넓은 영역으로부터 좁은 영역으로 점점 좁아지며(유진, 1997), 한 경호원이 주어진 시간 내에 얼마나 많은 정보에 대해 집중해야 하는가에 따라 개념화할 수 있다.

그러나 이러한 훈련을 받지 않은 대부분의 경호원들은 실제 경호상황에서 경호임무수행의 내용에 집중을 하기보다는 외적인 환경 즉 행사장에서서의 행사내용에 주의를 기울이거나 아니면 음식물이나 경호팀장의 눈치만 보는 등에 주의를 기울여 결국은 경호임무수행의 결과가 좋지 않게 끝나는 것을 종종 보게 된다.

주의집중 기법의 적용 방법으로는 눈감고 숫자 쓰기의 경우에는 가능한 한 조용한 장소에서 누울 수 있을 정도의 편안한 자세를 취한 후 두 눈을 감고 몸의 힘을 뺀다. 그리고 이제 당신이 해야 할 과제는 마음속으로 1에서 10까지 천천히 그리고 선명하게 숫자를 세어 본 후 처음 시도하는 경호원의 경우 처음에는 15초에서 20초가 소요되나 점차 시간이 단축될 때, 10까지 숫자를 다 세었으면 다시 거꾸로 숫자를 세어 본다.

3. 자신감증진과 불안조절 기법

첫째, 자신감증진 기법의 적용이다.

자신감은 일종의 성격 특성으로 간주될 수 있으나, 좀 구체적으로는 성격 특성이기 보다는 인지적 특성이다(박정근, 1996). 자신감증진 기법을 통한 극복방안으로는 경호임무수행의 완수는 자기만족감에 영향을 미친다. 성공적인 경호임무수행은 자신감을 증진시키고, 자신감의 증진은 미래의 성공적인 행동을 유도해야 한다.

아울러 자신감증진 기법의 적용 방법은 다음과 같다. 우선, 경호임무수행의 완수는 자기만족감에 영향을 미친다. 그리고, 사고와 감정 그리고 행동은 상호 관련되어 있다. 경호원이 자신있게 경호임무수행을 하면 할수록 그 경호원들은 더욱 자신감을 갖게 된다.

또한, 자신감은 목표를 달성할 수 있다는 긍정적인 생각으로 이루어지므로, 경호원들의 긍정적인 생각과 태도는 바로 자신감 발달과 직결된다. 아울러, 성공적인 경호임무수행의 심상은 자신감을 발달시키는 중요한 심리적 기술이다. 그리고, 체력 강화는 경호원들의 자신감을 느끼게 하는 중요한 요인이 되며, 강도있는 훈련과 좋은 영향 섭취를 통하여 신체적 강화에 대한 노력은 자신감을 발달시키므로 평소 체계적인 계획이 필요하다. 끝으로 경호임무수행에 대한 충분한 준비는 성공에 대한 자신감을 가져다주며, 준비는 무엇을 해야 할 것인가를 알려 주기 때문에 중요하다

둘째, 불안조절 기법의 적용이다(Spielberger,C.D, 1992).

불안을 조절하는 것은 경호원 개개인이다. 경호임무수행 전이나 경호임무수행 중에 경호원이 자신의 불안을 스스로 조절할 수 있는 방법은 여러 가지가 있다. 그러나 이 방법들이 모든 경호원들에게 그리고 모든 경호상황에 효과적인 것은 아니다.

불안조절 기법의 적용 방법으로는 다음과 같다.

우선, 경호원 자신이 조절할 수 있는 것에 대해 주의를 집중시킨다. 그리고, 경호원은 마음속의 연습(심상)을 습관화한다. 또한, 최악의 경호상황에 대한 시나리오를 예상하고 계획하여야 한다. 아울러, 경호원은 정상적인 신체적 활동성을 유지해야 한다. 끝으로, 정신훈련을 통한 인지적 전략을 숙달하고 활용하여야 한다.

이러한 기술들을 활용하기 위해서는 우선 정신훈련의 적용이 효과를 가져온다는 믿음이 있어야 하고 오랜 연습을 통하여 정신훈련을 숙달해야 한다(Weinberg, R. S, 1996).

IV. 결 론

경호상황은 주위환경과 여건에 따라 다양한 형태로 전개되고, 모든 공격의 시간과 장소 및 수법을 범인에 의해 결정되므로 경호원은 후속조치를 하기 때문에 항상 심리적 부담을 가지고 임무를 수행한다. 즉, 경호원의 활동은 다른 활동형태와는 달리 업무를 수행함에 있

어 지속적인 신체적, 정신적 부담이나 다양한 대인행동의 자극 및 미세한 환경적 자극으로 말미암아 근육이 경직되거나, 감정이 고조되어 조절이 곤란해지고, 주의집중의 곤란, 부정적 사고, 좌절감과 무기력감 등을 가져와 경호원이 임무를 수행함에 직·간접적인 영향을 미쳐 효율적인 업무수행에 커다란 문제점으로 나타날 수 있다. 이러한 문제의 원인으로 성격, 갈등, 불안, 동기, 스트레스의 심리요인 다섯 가지로 밝혔다. 이들의 요인을 정신훈련 기법과 자기확신훈련 기법, 이완 기법과 주의집중 기법, 자신감증진 기법과 불안조절 기법을 적용하여 극복하고자 방안을 제시하고자 한다. 세부적인 내용은 아래와 같다.

정신훈련기법은 불안해소에 도움이 되며 심리적 시연기법으로 불리기도 하는 상상기법은 경호임무를 수행하기 위해 행사장으로 가는 자신의 모습을 떠올리며, 우발상황 대처 연습하는 장면을 떠올린다. 이때 경호대상자를 신속히 대피시키고, 위협자를 자신이 의도하는 대로 신속하고 정확하게 위협자를 제압하는 모습을 그리되 우발상황 대응기법에 입각하여 소리와 동작 등도 같이 느끼면 좋으며 이는 불안해소에 좋은 방법이다.

자기확신훈련 기법은 평상시에는 기상직후에는 서서히 잠에서 깨어 천천히 호흡을 깊게, 그리고 팔과 다리를 가장 편하게 취한 후 완전히 잠에서 깨어날 때까지는 “아주 기분좋은 아침이다”, “나는 틀림없이 모든 일을 잘할 수 있다” 등과 같이 긍정적으로 자기진술 (self-statements)을 반복하며 성공적으로 경호임무를 수행하는 장면을 떠올린다.

이완 기법으로 여러 가지 이완 기법이 있지만, 간략형 이완기법의 경우에는 양팔을 어깨 넓이 정도로 벌리고 서서 눈을 지그시 감은 후 양팔은 허리 뒤로 잡고 가능한 아래로 쭉 뻗어 숨을 깊고 길게 들이마시면서 배는 최대한로 집어넣고 동시에 가슴은 위로 올리며 입은 약간 벌린 상태에서 턱을 가능하면 길게 뒤로 젖힌다.

주의집중 기법으로 그 적용 방법은 눈감고 숫자 쓰기의 경우에는 가능한 한 조용한 장소에서 누울 수 있을 정도의 편안한 자세를 취한 후 두 눈을 감고 몸의 힘을 뺀다. 그리고 이제 당신이 해야 할 과제는 마음속으로 1에서 10까지 천천히 그리고 선명하게 숫자를 세어 본 후 처음 시도하는 경호원의 경우 처음에는 15초에서 20초가 소요되나 점차 시간이 단축될 때, 10까지 숫자를 다 세었으면 다시 거꾸로 숫자를 세어 본다.

자신감증진 기법은 경호임무수행의 완수, 사고와 감정 및 행동은 상호 관련되어 있으며, 경호원이 자신있게 경호임무수행을 하면 할수록 그 경호원들은 더욱 자신감을 갖게 된다. 또한, 자신감은 목표를 달성할 수 있다는 긍정적인 생각으로 이루어지므로, 경호원들의 긍정적인 생각과 태도는 바로 자신감 발달과 직결된다. 그리고, 강도있는 훈련과 좋은 영향 섭취를 통하여 신체적 강화에 대한 노력이 필요하다. 끝으로 경호임무수행에 대한 충분한 준비는 성공에 대한 자신감을 가져다주므로 철저한 준비를 한다.

불안조절 기법으로 적용 방법으로는 우선, 경호원 자신이 조절할 수 있는 것에 대해 주의를 집중시킨다. 그리고, 경호원은 마음속의 연습(심상)을 습관화한다. 또한, 최악의 경호상황에 대한 시나리오를 예상하고 계획하여야 한다. 아울러, 경호원은 정상적인 신체적 활동성을 유지해야 한다. 끝으로, 정신훈련을 통한 인지적 전략을 숙달하고 활용하여야 한다.

결론적으로 경호임무수행의 결과는 일차적으로 경호원의 잠재적 능력정도에 관련되어 있

으며, 이차적으로 훈련정도와 효율성, 그리고 습득한 방법을 수행하는 순간의 부정적 심리상태를 어떻게 조절하느냐에 따라서 변화할 수 있다.

경호원의 심리요인 대응방안을 적용 할 때는 경호임무를 성공적으로 수행할 수 있다는 긍정적인 의식을 가지고 임해야 하며, 심리요인의 대응방안 마다 갖고 있는 경호원들의 개인차에 따라 다르게 나타나므로 어떤 특정한 방안이 다른 방안에 비해 효과적이라고는 볼 수 없다. 그러나 중요한 것은 경호원 자신에게 가장 적합한 방안을 선택하여 적용하는 일이며, 심리요인 대응방안을 효율적으로 사용하려면 많은 시간이 요구되므로 인내력을 가지고 훈련에 임해야 한다.

[참고문헌]

- 김두현(2008). 경호학개론, 엑스퍼트.
- 김성옥(2000). 스포츠행동의 심리학적 기초, 도서출판 태근.
- 대한체육회 스포츠과학연구소(1984). 코우칭 심리학, 세광문화인쇄사.
- 박정근(1996). 스포츠심리학, 도서출판 대한미디어.
- 성균관 대학교 산업심리학과(1995). 산업과 조직심리학, 성균관대학교.
- 송상욱(2006). 시큐리티운용론, 진영사.
- 송상욱(2002). “심리요인이 경호임무수행에 미치는 영향과 대응방안에 관한 고찰”, 한국스포츠리서치 논문집(2002년 8월호).
- 신동성 외 7명(1988). 최적운동수행을 위한 심리적 컨디셔닝, 대한체육회 스포츠과학 훈련원 스포츠과학 연구소.
- 심창섭(2009). 스포츠 운동 심리학 (전정판), 광림북하우스.
- 유 진(1997). 스포츠심리학, 중앙대학교 출판부.
- 이상철(2003). 경호심리학, 도서출판 흥경.
- 이상철(1997). “경호 업무 수행을 위한 불안 해소 방법에 관한 고찰”, 한국경호경비학회, 한국경호경비연구 창간호.
- 전매희(1991). “정서적심상훈련이 경기불안감소에 미치는 효과”, 한양대학교 박사학위논문.
- 정청희(2009). 스포츠 심리학, 레인보우북스.
- 하선영(1998). “비서의 갈등 관리 유형이 의사 소통 만족도에 미치는 영향에 관한 연구”, 이화여자대학교 석사학위논문.
- A.P.Brief, R.S.Schuler and M.Van.Sell(1981),. *Managing Job Stress*.(New York: Little Brown).
- Davison,J.C. and Neal,J.M(1994),. *Abnormal Psychology, An experimental clinical approach*, N.Y, pp.40~45.
- Fisher, A. C(1976),. *Psychology of sport. Issues and insights*, Palo Alto, CA: Mayfield.
- Folkman(1984),. *Personal Control and Stress and Coping Process. Founal of personality and Social psychology*, Vol. 46.
- Mark V. lonsdale(1995),. *Body guard*, Los Angeles, California 90049.
- Russell, Gordon W(2008), *Aggression in the Sports World*, Oxford Univ Pr.
- Singer, R. N(1990),. *Moter Lerning and Human performance*, New York : Macmillan Publishing Co.
- Sonstroerm,R.J(1994),. "An overview of anxiety in a sport", In J.M.SilvaIII and R.S.Weinberg(1999), *Psychological foundation of sport, champaign*, IL : Human Kinetics, pp.94~97.
- Weinberg, R. S(1996). *Goal setting in sport and exercise : Research to practice*. In J. L. V. Raalte & B. W. Brewer(Eds.) *Exploring sport and exercise psychology*. Washington, DC.
- Martens,R(1997),. *Sport competition anxiety test. champaign*, IL Human Kinetic, p.57.

Spielberger,C.D(1992),. *Anxiety : Current trends in theory and Research* : New York, Academic press, pp. 30~46.

J.M.Ivancevich and M.T.Matteson(1980).*Stress and Work: A Managerial Perspective*. (Scott : Foresman Co.), p4.

논문접수일 : 2009년 5월 6일

심사의뢰일 : 2009년 5월 17일

심사완료일 : 2009년 5월 26일